# شہد اور اسکے فوائد.

شہد ایک اچھی اینٹی بائوٹک کی طرح کام کرتا ہے جو کہ 🍯
اپکے جسم کا قوت مدافعت بہت زیادہ بڑھا دیتا ہے اور
کمزوری پیدا نہیں ہونے دیتا اور اپکے جسم میں کسی بھی
قسم کے جراثیم اور وائرس کو پھیلنے نہیں دیتا۔

ڈینگی کے مریض اپنی قوت بحال کرنے کیلئے اور جسمانی 🍯
کمزوری کو دود کرنے کے لئے شہد ضرور استعمال کریں۔

کیونکہ خالص شہد فوری خون میں شامل ہوکر جسم میں
خون کی کمی کو دور کرتا ہے ۔

شہد جسم میں خون بننے کے عمل کو تیز کرتا ہے 🍯

بلڈ پریشر کو نارمل رکھتا ہے اور 🍯

ہارٹ اٹیک کے خطرات کم کردیتا ہے 🍯

🍯 بیری کا شہد شوگر فری شہد کہلاتا ہے اور شوگر اور ہیپاٹائٹس کے مریض بھی استعمال کرتے ہیں

🍯 وزن کم کرنے میں مدد کرتا ہے

🍯 کولیسٹرول نارمل ہوجاتا ہے

🍯 ضعیف افراد کی ذہنی صلاحیت اور قوت یاداشت بڑھانے میں میں بہت مدد کرتا ہے

🍯 آنکھوں کی روشنی اور نظر کو برقرار رکھتا ہے

🍯 چہرے کی رنگت کو صاف کرنے میں مدد کرتا ہے

🍯 اعصابی، دماغی اور جنسی کمزوری دور کرنے میں بے حد معاون ھے--

🍯 پرانی کھانسی زخم اور جگر کے امراض میں کافی استعمال کیا جاتا ہے

🍯 اسکول بچوں کو روزانہ ناشتے میں شہد دینے سے وہ کئی بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں  اور تعلیم اچھی کار کردگی

سے رزلٹ دیں گے۔

شہد کا روزانہ استعمال انسان کو ہمیشہ تندرست چاق 🍯 وچوبند رکھتا ہے..!!

0307-8162003